

УДК 159.922

СТАНОВЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ В РОССИИ*

Р.А. БЕРЕЗОВСКАЯ, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологического обеспечения профессиональной деятельности Санкт-Петербургского государственного университета

А.А. КИРИЛЛОВА, магистр психологии, младший научный сотрудник научно-исследовательского центра им. Б.Г. Ананьева факультета психологии Санкт-Петербургского государственного университета

В статье выделены и описаны основные этапы становления психологии профессионального здоровья в России. Приводится краткая характеристика теоретико-методологических основ изучения профессионального здоровья в отечественной психологии. На основе анализа современных научных публикаций отмечаются следующие тенденции: расширение тех видов профессиональной деятельности, на примере которых изучаются проблемы здоровья; перенос акцента в исследованиях с психофизиологической на индивидуально-психологическую составляющую профессионального здоровья; а также возрастающий интерес к проблеме психологического сопровождения здоровья работающего человека (разработка и реализация здоровьесберегающих технологий, которые опираются на работу с личностным уровнем как ключевое условие обеспечения профессионального здоровья).

Ключевые слова: профессиональное здоровье, психология профессионального здоровья, этапы становления, тенденции развития.

DEVELOPMENT OF OCCUPATIONAL HEALTH PSYCHOLOGY IN RUSSIA*

*R.A. BEREZOVSKAYA, PhD in Psychology, Associate Professor
A.A. KIRILLOVA, MA in Psychology*

The main periods and peculiarities of development of occupational health psychology in Russia are analyzed in the article. The short characteristic of theoretical and methodological bases of studying of occupational health in domestic psychology is resulted. On the basis of the analysis of modern scientific publications following tendencies are marked: expansion of those kinds of occupational activities on which example health problems are studied; accent carrying over to researches with psycho-physiological on an individually-psychological component of occupational health; increasing interest to a problem of psychological support of occupational health (working out and realization of health promotion programs).

Keywords: occupational health, occupational health psychology, periods and tendencies of development.

Введение. Исследование проблематики здоровья является одним из приоритетных направлений зарубежной и отечественной психологии и составляет основу самостоятельной психоло-

гической дисциплины, получившей название психология здоровья, в рамках которой интерес к проблеме профессионального здоровья с каждым годом становится все более заметным.

* Статья поступила в редакцию 13 января 2012 года.

Как предмет научного исследования понятие «профессиональное здоровье» впервые появилось в психологической научной литературе в середине 1980-х годов XX века. Но несмотря на довольно широкий спектр теоретических подходов, содержательно связанных с изучением феномена профессионального здоровья, эта проблема не получила пока целостного и систематического научного анализа как в зарубежной, так и в отечественной психологии. Весомый вклад в разработку названной проблемы может внести *психология профессионального здоровья (occupational health psychology)* как новое научно-практическое направление, которое возникло и развивается на стыке таких прикладных дисциплин как психология здоровья, организационная психология и психология труда; целью которого является изучение психологических, социальных и организационных аспектов сложного динамического взаимодействия между здоровьем человека и работой [1].

Важным для теории и практики представляется рассмотрение существующих в настоящее время основных направлений исследования здоровья работающего человека. *Целью данной статьи* является рефлексия накопленного в отечественной психологии профессионального здоровья опыта; выделение и описание основных этапов ее становления на основе анализа современных публикаций, отражающих состояние изученности обозначенной выше проблемы в России.

Актуальность данной работы обусловлена важностью вопросов психологического обеспечения здоровья здорового человека на всем протяжении его профессионального пути: обеспечением безопасности и надежности профессиональной деятельности, повышением ее эффективности, созданием здоровых рабочих мест, повышением качества профессиональной жизни, а также обеспечением профессионального долголетия [1, 2]. Но, несмотря на важность и актуальность проблем психологии профессионального здоровья, история ее разработки в нашей стране не была до сих пор предметом специального рассмотрения.

Объектом нашего исследования выступало развитие психологии профессионального здоровья, отраженное в научных трудах и в прикладной деятельности специалистов-практиков. *Предмет* исследования – закономернос-

ти становления представлений о профессиональном здоровье, структура психологических задач и проблем в области психологии профессионального здоровья, способы их решения в рассматриваемый период.

Методы сбора и анализа данных. Поставленная в ходе исследования цель определяет и выбор круга источников: исследование по истории разработки проблем профессионального здоровья в отечественной психологии предполагает анализ совокупности источников, потенциально содержащих информацию по проблемам обеспечения, сохранения и укрепления здоровья работающего человека. Исходя из этого, в качестве материала для анализа использовались наиболее важные с методологической точки зрения психологические тексты по проблемам профессионального здоровья, опубликованные с середины 80-х годов XX века по настоящее время. Нами были рассмотрены монографии, научные статьи, учебные пособия, тексты диссертационных исследований, а также материалы научно-практических конференций по названной теме. При определении значимости той или иной работы для включения ее в выборку использовались такие критерии, как наличие в названии словосочетания «профессиональное здоровье», а в тексте – указаний на теоретические концепции, принципы организации и конкретные методы обеспечения профессионального здоровья. Учитывался также научный и административный статус автора. Следует заметить, что, хотя в первоначальный список вошло более ста публикаций, не все они обладали одинаковой информативностью. Значительная часть из них ограничивалась констатацией необходимости изучения профессионального здоровья, разработки мероприятий по его профилактике, а также изложением результатов эмпирических исследований одного из его аспектов. Поэтому на заключительном этапе – при проведении качественного анализа, результаты которого послужили основой для выделения этапов становления и развития психологии профессионального здоровья – использовались 32 текста.

Результаты исследования и их обсуждение. Прежде чем перейти к описанию этапов становления психологии профессионального здоровья в России, обозначим основные принципы, в соответствии с которыми проводился анализ научных публикаций:

– специфика рассмотрения структурных компонентов профессионального здоровья;

– изучение проблем здоровья в определенной области профессиональной деятельности (профессиональные группы риска);

– вклад проведенных исследований в теорию и практику психологии профессионального здоровья;

– количество научных публикаций (монографий, диссертаций, научных статей).

В соответствии с описанными критериями нами выделены и описаны этапы развития отечественной психологии профессионального здоровья. Отметим, что временные границы выделенных периодов не являются четкими, их обозначение введено достаточно условно с целью систематизации имеющихся на сегодняшний день научных публикаций.

Первый этап развития отечественной психологии профессионального здоровья (1986–1997). Термин «психология профессионального здоровья» впервые появился в зарубежной научной литературе, в 1986 году George Everly Jr. использовал его в одной из глав своей книги, посвященной интеграции вопросов гигиены труда и психологии [1]. В России психология профессионального здоровья как самостоятельная дисциплина начинает путь своего развития в конце 1980-х – начале 1990-х годов [2, 3, 4]. Обобщая теоретические и прикладные исследования, проведенные за первые десять лет развития новой научно-практической дисциплины, необходимо обозначить следующие ключевые моменты:

– введение в научный оборот понятия «профессиональное здоровье», которое определяется, как свойство организма сохранять необходимые компенсаторные и защитные механизмы, обеспечивающие профессиональную надежность и работоспособность во всех условиях профессиональной деятельности*;

– разработка В.А. Пономаренко первой концепции «профессионального здоровья»

в летной деятельности**, в соответствии с которой сохранение здоровья и обеспечение профессионального долголетия обеспечивается своевременным контролем уровня компенсации и психофизиологических резервов, а не выявлением органических изменений и болезненных состояний (т.е. предметом исследований становится не болезнь, а здоровье) [5];

– выделение основных структурных компонентов профессионального здоровья как системного феномена: функциональные состояния (физический, клинический, психический статус) и профессиональные качества (физические, психические, функциональная устойчивость) [3];

– определение одного из основных критериев профессионального здоровья – профессиональной работоспособности, которая определяется как максимально возможная эффективность деятельности, обусловленная функциональным состоянием организма с учетом ее физиологической стоимости [2];

– выделение базовой (т.е. связанной с биологическими и врожденными свойствами организма) и динамической (характеризующей текущий уровень функционального состояния) составляющих профессионального здоровья, раздельность изучения которых позволяет повысить эффективность действий врачей и психологов в области сохранения профессионального здоровья [3];

– разработка А.Г. Маклаковым концепции «личного адаптационного потенциала», уровень развития которого определяет успешность адаптации в процессе деятельности, а также возможность сохранения здоровья и профессиональной работоспособности в сложных или экстремальных условиях [6];

– разработка методологических основ системы медико-психологической помощи, направленной на сохранение профессионального здоровья человека, работающего в сложных условиях, а также на восстановление здоровья на этапе донологических нарушений [5, 6].

* Позже В.А. Пономаренко с коллегами расширяют понимание данного термина, определяя профессиональное здоровье как «процесс сохранения и развития регуляторных свойств организма, его физического, психического и социального благополучия, обеспечивающих высокую надежность профессиональной деятельности, профессиональное долголетие и максимальную продолжительность жизни» [5; с. 26]. Таким образом, авторы включают в определение не только физические, но и психологические, социальные особенности, оказывающие воздействие на состояние здоровья работающего человека.

** На основе концепции «профессионального здоровья» в летной деятельности в дальнейшем была создана общепрофессиональная концепция охраны здоровья здорового человека, утвержденная Министерством Здравоохранения РФ

На данном этапе проблемы профессионального здоровья рассматривались, в основном, на примере деятельности специалистов, работающих в нестандартных или экстремальных условиях, которые предъявляют повышенные требования к состоянию здоровья профессионала. В таких условиях актуализируется проблема обеспечения безопасности трудовой деятельности (особое внимание уделяется ее психофизиологической «цене»); а акцент в обеспечении профессионального здоровья делается на разработке подходов к количественной оценке профессионального здоровья и разработке мероприятий по его сохранению. В этой связи, одной из важных предпосылок перехода к следующему этапу развития психологии профессионального здоровья, на наш взгляд, является расширение тех видов профессиональной деятельности, на примере которых изучаются проблемы здоровья.

Второй этап развития отечественной психологии профессионального здоровья (1998–2005) характеризуется, как было отмечено выше, смещением акцента с исследований профессий «экстремального типа», предъявляющих повышенные требования к психофизиологическим особенностям профессионального здоровья, на изучение профессий социального типа. В центре внимания оказываются социально-психологические факторы риска (высокая нервно-психическая напряженность, особенности взаимоотношений с клиентами, социальная ответственность и др.).

Уточняется и само понятие профессиональное здоровье, которое определяется как «способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность и развитие личности во всех условиях протекания профессиональной деятельности» [7; с. 43]. Как видим, профессиональное здоровье выступает интегральным качеством не только в системе «здоровье – работоспособность – эффективность» (как на предыдущем этапе), но и в системе «здоровье – работоспособность – эффективность – развитие». Иными словами, в определении понятия на первый план вместо психофизиологической выходит индивидуально-психологическая составляющая профессионального здоровья.

В концепции профессионального здоровья Л.М. Митиной отмечается, что психологический

аспект рассмотрения профессионального здоровья предполагает учет такой его характеристики как многоуровневость: автор предлагает выделять инструментальный, смысловой и экзистенциальный уровни саморегуляции, при ведущей роли последнего [7]. Одним из основных положений концепции является идея о возможности сохранения и укрепления профессионального здоровья путем самоизменения специалиста, посредством работы с его экзистенциальным уровнем саморегуляции, а также повышением профессионального самосознания личности. Теоретические положения концепции составляют основу многочисленных исследований профессионального здоровья в педагогической деятельности (Анисимова О.А., 2002; Глухова Т.Г., 2003; Митин Г.В., 2002; и др.).

Также в основу продуктивного анализа совокупности вопросов, относящихся к проблеме профессионального здоровья, может быть положена концепция психологического обеспечения профессиональной деятельности Г.С. Никифорова (1989, 1991). Автором формулируется идея о необходимости сквозного психологического сопровождения человека на всех этапах профессиональной деятельности от «входа» в профессию до «выхода» из нее в качестве обязательного условия становления специалиста, его последующего профессионального совершенствования, а также сохранения физического, психического и социального здоровья работающего человека [2, 4]. Основные положения данной концепции нашли отражение в разработке программ ряда эмпирических исследований профессионального здоровья менеджеров, педагогов и учителей (Березовская Р.А., 2001; Дудченко З.Ф., 2003; Шингаев С.М., 2006; и др.).

Подводя итоги рассмотрения второго этапа, следует отметить, что в развитии теоретико-методологических основ изучения профессионального здоровья в отечественной психологии, которое находит свое отражение в разработываемых Г.С. Никифоровым и Л.М. Митиной концепциях, наблюдается перенос акцента с рассмотрения самого феномена профессионального здоровья (определение понятия, описание его структуры и основных компонентов) на его психологическое сопровождение. Многочисленные эмпирические исследования послужили основой для доказательства тезиса о том, что важнейшей составляющей и условием поддержания профессионального здоровья специалиста,

работающего в коммуникативных профессиях, является его психическое здоровье, состояние которого во многом определяет уровень физического и общего здоровья. Полученные результаты послужили отправным моментом в разработке принципов и программ сохранения и укрепления здоровья, которые опираются на работу с личностным уровнем, на развитие психологической компетентности и самосознания специалиста как ключевых условий обеспечения профессионального здоровья.

Третий этап развития психологии профессионального здоровья (2006–2011) можно охарактеризовать как наиболее интенсивный по сравнению с предыдущими этапами: на протяжении последних лет в научной литературе резко возросло количество публикаций, в которых рассматриваются преимущественно прикладные вопросы изучения профессионального здоровья.

Краткая характеристика основных направлений эмпирических исследований предполагает рассмотрение двух аспектов: 1) какая профессиональная группа выступает в качестве объекта исследования; 2) какие критерии и факторы профессионального здоровья оцениваются (предмет исследования).

Установлено, что наибольший интерес у исследователей профессионального здоровья вызывают такие профессиональные группы как руководители (Березовская Р.А., 2006; Волкова Е.Л., 2008; Платонова О.В., 2008; Шингаев С.М., 2006; и др.); государственные служащие (Арутюнов А.Т., Турзин П.С., 2006; Деркач А.А., Степнова Л.А., 2003; Жданов О.И., 2006; Казаков Ю.Н., 2010; и др.); педагоги и учителя (Анисимов А.И., Киреева Н.Н., 2010; Антоновский А.В., 2010; Герьянская Н.О., 2010; Малярчук Н.Н., 2009; Рыкова Т.М., 2010; и др.); а также специалисты, работающие в экстремальных условиях* (Антонова Н.А., 2008; Маклаков А.Г., 2006; Пономаренко В.А., 2006; Шаповал В.А., 2006; и др.).

Другим критерием для выделения основных направлений исследований в психологии профессионального здоровья может выступать предмет исследований. Следует отметить, что также как и в зарубежной психологии профессионального здоровья, в отечественной психологии особое внимание уделяется изучению негативных

феноменов: состоянию стресса, связанному с содержанием и условиями профессиональной деятельности; анализу различных стресс-факторов; рассмотрению преобладающих стратегий совладания с профессионально-трудными ситуациями; оценке выраженности профессиональных деструкций и синдрома выгорания. В то время как позитивные критерии и факторы профессионального здоровья представлены в существенно меньшей степени.

Также следует отметить, что на данном этапе значительно возросло количество прикладных работ, в которых рассматриваются вопросы сохранения и укрепления профессионального здоровья специалистов. Большинство авторов отмечает необходимость профилактических мер по поддержанию профессионального здоровья; ставится вопрос о важности *разработки и реализации здоровьесберегающих технологий* [2, 8]. Критериями сформированности здоровьесберегающей компетентности выступают стремление к саморазвитию, саморегуляции, самоконтроль, осознание смысла жизни и деятельности (Герьянская Н.О., 2010). Выделяется также ряд моделей, которые могут быть использованы в сбережении и развитии профессионального здоровья (Кригер Е.Э., 2010): адаптационная (коррекция личностной дезадаптации), акмеологическая (запуск новых продуктивных механизмов, обеспечивающих формирование способности к саморазвитию) и культурологическая (формирование культуры профессионального здоровья).

Продолжается разработка и теоретико-методологических аспектов исследования профессионального здоровья. В качестве примера приведем краткую характеристику *психолого-акмеологической концепции развития профессионального здоровья специалиста Г.Г. Вербиной* [8]. Профессиональное здоровье определяется как система основных психофизиологических функций, личностных качеств и деятельностных проявлений, сформированность которых является условием и предпосылкой сбалансированного профессионального развития специалиста. Подчеркивается, что структурные и функциональные компоненты профессионального здоровья являются взаимосвязанными, взаимозависимыми и взаимопроникающими. В работе определяются критерии, показатели

* К данной профессиональной группе отнесены такие специалисты как военнослужащие, спасатели МЧС, авиадиспетчеры, летчики (в том числе военные летчики), сотрудники органов внутренних дел и другие.

и уровни профессионального здоровья; рассматриваются психолого-акмеологические закономерности, механизмы и психотехнологии развития профессионального здоровья. Г.Г. Вербина акцентирует внимание на том, что профессиональное здоровье обеспечивает не только профессиональную продуктивность, но и психологическое благополучие, удовлетворенность, развитие и самосовершенствование специалиста за счет здоровьесберегающей самопреобразующей деятельности [8]. Попытка разработать новый концептуальный подход к профессиональному здоровью специалистов, на наш взгляд, может являться предпосылкой перехода к следующему этапу развития психологии профессионального здоровья.

Заключение. В статье предпринята попытка проанализировать и обобщить лишь некоторые наиболее существенные тенденции и этапы развития психологии профессионального здоровья в России. Теоретическая значимость работы состоит в том, что она вносит определённый вклад в осмысление теоретических и методологических оснований историко-психологического исследования названного научного направления. Показано, что наблюдается недостаток теоретико-методологических исследований: несмотря на то, что разные авторы рассматривают одну научную проблему (сохранение и укрепление здоровья работающего человека) и их взгляды во многом схожи, общепринятой концепции профессионального здоровья в отечественной психологии пока не существует. Практическая значимость проведенного

исследования обусловлена тем, что на основе учета условий и факторов формирования психологии профессионального здоровья как самостоятельной научной дисциплины, возникает возможность прогнозировать тенденции дальнейшего ее развития в свете современных потребностей и уровня развития психологического знания.

ЛИТЕРАТУРА

1. Barling J., Griffiths A. A history of occupational health psychology. In J.C. Quick, L.E. Tetrick (Eds.). Handbook of occupational health psychology, 2nd ed. Washington, DC: APA Books, 2010. pp. 21–34.
2. Никифоров Г.С. (Ред.). Психология профессионального здоровья. СПб.: Речь, 2006.
3. Бугров С. А. Лапаев Э.В., Пономаренко В.А., Ступаков Г.П. Проблема профессионального здоровья в авиационной медицине. Военно-медицинский журнал, 1993, No. 1, 61–65.
4. Никифоров Г.С., Августова Л.И. Психология профессионального здоровья. В кн.: Никифоров Г.С. (Ред.). Психологическое обеспечение профессиональной деятельности: теория и практика. СПб.: Речь, 2010, с. 690–729
5. Разумов А.Н., Пономаренко В.А., Пискунов В.А. Здоровье здорового человека. Основы восстановительной медицины. М.: Медицина, 1996.
6. Маклаков А.Г. Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих: дис. ... д-ра психол. наук. С-Петербург. гос. университет, СПб., 1996.
7. Митина Л.М., Митин Г.В., Анисимова О.А. Профессиональная деятельность и здоровье педагога: Учебное пособие для вузов. М.: Академия, 2005.
8. Вербина Г.Г. Акмеологическая концепция развития профессионального здоровья специалиста. Чебоксары: Изд-во Чувашского ун-та, 2010.